

Questionamento reflexivo: um modo de intervir sem emitir regras para o cliente

Prof. Dr. Carlos Augusto de Medeiros (Centro Universitário de Brasília)

A Psicoterapia Comportamental Pragmática – PCP, conforme descrita em detalhes por Medeiros e Medeiros (2012), preconiza a emissão mínima de regras pelo terapeuta, seja em formato de devolução de análises funcionais, seja na emissão de mandos acerca de mudanças nos comportamentos alvo do cliente. Apesar disso, é reconhecida pela PCP a importância das regras precisas ou não no controle dos comportamentos alvo no contexto clínico. Assim como, essa abordagem defende a necessidade de modificação de regras imprecisas e da formulação de novas regras para a obtenção dos objetivos terapêuticos. Diante disso, surge um paradoxo, na medida em que se trabalhar com regras em terapia é fundamental, como fazê-lo sem que o terapeuta possa emití-las, ou discuti-las abertamente com o seu cliente. Medeiros e Medeiros (2012) apresentam um procedimento inspirado no diálogo socrático como ferramenta útil para levar o cliente a mudar as suas regras e emitir novas autorregras no contexto clínico. Esse procedimento foi chamado pelos autores de questionamento reflexivo. Definido de forma bem sucinta, o questionamento reflexivo diz respeito a um conjunto de perguntas abertas (i.e., aquelas que não evocam respostas sim ou não) feitas em sequência entre si, respeitando as respostas dos clientes na condição de Sd. Estas perguntas visam a emissão de autorregras pelo próprio cliente. Esse procedimento, apesar de sua eficácia, é extremamente exigente quanto às habilidades do terapeuta que, ao mesmo tempo em que formula a sua sequência de perguntas para atingir um fim específico, deve ter flexibilidade para alterar a sequência com base nas respostas do cliente a cada uma das perguntas da sequência. É necessário que o terapeuta consiga prever algumas respostas prováveis às suas perguntas, respostas essas que servirão de estímulo para as próximas perguntas na cadeia. Esse procedimento é complexo e muito difícil de ser executado e aprendido pelo terapeuta iniciante. Esse minicurso, portanto, de caráter teórico prático, visa apresentar e fornecer um treino introdutório no uso dessa ferramenta. Inicialmente, será apresentado um breve resumo da PCP. Em seguida, serão discutidas as consequências da emissão de regras pelo terapeuta. Entrando no questionamento reflexivo propriamente dito, este será discutido em nível teórico. Por fim, serão feitas simulações com voluntários da audiência com o objetivo de demonstração prática do funcionamento do questionamento reflexivo, assim como, a possibilidade de experimentar o uso do procedimento em situação próxima à real.

Palavras-chave: Terapia Analítica-Comportamental, Psicoterapia Comportamental Pragmática, Regras, Questionamento reflexivo.